

Os Domingos de São José

Os sete domingos de São José são um costume da Igreja para preparar a festa de 19 de março. Meditar sobre as “dores e alegrias de São José” nos ajuda a conhecer melhor o santo Patriarca e a lembrar que ele também enfrentou alegrias e dificuldades.

29/01/2026

O Papa Gregório XVI inscreveu a festa de São José no calendário de toda a Igreja em 1621, e fomentou a

devoção dos sete domingos de São José, concedendo-lhe muitas indulgências.

O Santo Padre Pio IX outorgou-lhes atualidade perene com o seu desejo de que se recorresse a S. José para acudir à então situação aflitiva da Igreja universal.

Um antigo costume da Igreja encoraja os fiéis a acudir ao pai adotivo de Jesus, de forma mais assídua ao longo dos sete Domingos que precedem a sua festa, com vista a considerar aspectos, muitas vezes menos conhecidos, daquele que é *Padroeiro da Igreja Universal*.

**Meditações para cada um dos 7
Domingos de São José**

As sete dores e alegrias de São José

Primeira Dor: Maria, sua mãe, estava prometida em casamento a José, e, antes de viverem juntos, ela ficou grávida pela ação do Espírito Santo (Mt 1,18).

Primeira Alegria: O anjo do Senhor apareceu-lhe, em sonho, e lhe disse: José, Filho de Davi, não tenhas medo de receber Maria como tua esposa, porque ela concebeu pela ação do Espírito Santo (Mt 1, 20-21).

Segunda Dor: Veio para o que era seu, e os seus não o acolheram (Jo 1,1).

Segunda Alegria: Foram às pressas a Belém e encontraram Maria e José, e o recém-nascido, deitado na manjedoura (Lc 2,16).

Terceira Dor: Quando se completaram os oito dias para a circuncisão do menino, deram-lhe o

nome de Jesus, como fora chamado pelo anjo antes de ser concebido (Lc 2,21).

Terceira Alegria: A quem porás o nome de Jesus, será chamado Filho do Altíssimo..., e o seu reino não terá fim (Lc 1, 31 e 32).

Quarta Dor: Simeão os abençoou e disse a Maria, a mãe de Jesus: Este menino vai ser causa tanto de queda como de reerguimento para muitos em Israel. Ele será um sinal de contradição. Assim serão revelados os pensamentos de muitos corações (Lc 2, 34).

Quarta Alegria: Porque meus olhos viram a tua salvação, que preparaste diante de todos os povos: luz para iluminar as nações (Lc 2, 30.32).

Quinta Dor: O Anjo do Senhor apareceu em sonho a José e lhe disse: Levanta-te, pega o menino e sua mãe

e foge para o Egito! Fica lá até que eu te avise! (Mt 2,13).

Quinta Alegria: Ali ficou até à morte de Herodes, para se cumprir o que o Senhor havia dito pelo profeta: 'Do Egito chamei o meu Filho' (Mt 2,15)

Sexta Dor: José levantou-se, pegou o menino e sua mãe, entrou na terra de Israel. Mas, quando soube que Arquelau reinava na Judeia, no lugar de seu pai Herodes, teve medo de ir para lá (Mt 2, 22).

Sexta Alegria: Depois de receber um aviso em sonho, José retirou-se para a região da Galileia, e foi morar numa cidade chamada Nazaré. Isso aconteceu para se cumprir o que foi dito pelos profetas: Ele será chamado Nazareno (Mt 2,23).

Sétima Dor: Começaram a procurá-lo entre os parentes e conhecidos. Não o tendo encontrado, voltaram para Jerusalém à sua procura (Lc2, 44)

Sétima Alegria: Três dias depois, O encontraram no Templo. Estava sentado no meio dos mestres, escutando e fazendo perguntas (Lc 2,45)

Como é que São Josemaria imaginava São José?

Eu imagino-o jovem, forte, talvez com alguns anos mais do que a Virgem, mas na plenitude da vida e do vigor humano. Sabemos, porém, que não era uma pessoa rica: era um trabalhador, como milhões de outros homens em todo o mundo; exercia o ofício fatigante e humilde que Deus havia escolhido para Si ao tomar a nossa carne e ao querer viver trinta anos entre nós como outra pessoa qualquer.

A Sagrada Escritura diz-nos que José era artesão. Vários Padres

acrescentam que foi carpinteiro. Das narrações evangélicas depreende-se a grande personalidade humana de José: em nenhum momento surge aos nossos olhos como um homem apoucado ou assustado perante a vida; pelo contrário, sabe enfrentar os problemas, ultrapassar as situações difíceis, assumir com responsabilidade e iniciativa as tarefas que lhe são confiadas. (*É Cristo que passa*, n. 40).

Textos sobre São José

- Carta apostólica ‘Patris corde’ (Com coração de Pai).
 - Homilia de São Josemaria: Na Oficina de José.
-

São José na vida cristã e nos ensinamentos de São Josemaria - artigo publicado no nº 59 de “Romana”, sobre a devoção de São Josemaria a São José.

Exortação apostólica “Redemptoris Custos” - do sumo pontífice João Paulo II sobre a figura e a missão de São José na vida de Cristo e da Igreja.

O trabalho de cuidar o mundo - Artigo de Mons. Fernando Ocáriz publicado no jornal Folha de São Paulo, no dia 1º de maio, festa do trabalho.

Devoção a São José - São Josemaria Escrivá explica como São José ajuda a conhecer a Humanidade de Jesus Cristo, por ter sido escolhido por Deus para ser aparentemente o seu pai na terra.

pdf | Documento gerado
automaticamente de [https://
opusdei.org/pt-br/article/as-dores-e-
alegrias-de-sao-jose/](https://opusdei.org/pt-br/article/as-dores-e-alegrias-de-sao-jose/) (03/02/2026)